

# **ANALISIS HASIL LATIHAN *BRAIN GYM* TERHADAP KEMAMPUAN KONSENTRASI BELAJAR PESERTA DIDIK**

## **AUTIS**

(Penelitian Analisis Konten)



Oleh

**SITI NURJANNAH**

**1335160704**

**SKRIPSI**

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan  
Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KHUSUS**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2020**

### PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

Judul : Analisis Hasil Latihan *Brain Gym* Terhadap Kemampuan Konsentrasi Belajar Peserta Didik Autis


Nama Mahasiswa : Siti Nurjannah

Nomor Registrasi : 1335160704

Program Studi : Pendidikan Khusus

Tanggal Ujian : 21 Juli 2020

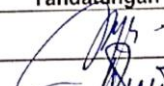
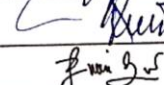
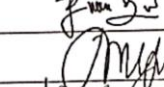
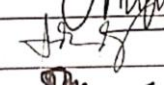

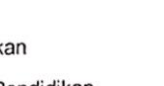
Pembimbing I

  
Lalan Erlani, M.Ed  
NIP. 197004042006041001

Pembimbing II

  
Suprihatin, Ed.D  
NIP.197605112009122001

#### Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Sofia Hartati, M.Si (Penanggungjawab)*		28 - 8 - 20
Dr. Anan Sutisna, M.Pd (Wakil Penanggungjawab)**		28 - 8 - 20
Dr. Murni Winarsih, M.Pd*** (Koordinator Program Studi)		27 - 08 - 2020
Dr. Trisna Mulyeni, M.Sc (Ketua Penguji)****		26 - 08 - 2020
Dr. Indina Tarjiah, M.Pd (Anggota)*****		24-08-2020
Marja, M.Pd (Anggota)*****		24 - 08 - 2020

Catatan:

- \* Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan
- \*\* Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Pendidikan
- \*\*\* Koordinator Program Studi Pendidikan Khusus
- \*\*\*\* Ketua Penguji Selain Pembimbing
- \*\*\*\*\* Dosen Penguji Selain Pembimbing

**ANALISIS HASIL LATIHAN *BRAIN GYM* DALAM PENINGKATAN  
KEMAMPUAN KONSENTRASI BELAJAR PESERTA DIDIK AUTIS**

(2020)

**Siti Nurjannah**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis informasi dari berbagai sumber penelitian yang berhubungan dengan pengaruh gerakan *Brain Gym* terhadap kemampuan konsentrasi belajar peserta didik autis. Penelitian dilakukan menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur. Analisis literatur dilakukan pada 5 artikel dan 5 buku. Hasil kajian literatur yang didapat adalah sebagai berikut: (1) *Brain Gym* yang dilakukan sesuai prosedur mampu meningkatkan kemampuan konsentrasi belajar peserta didik autis ringan. (2) dari 5 artikel yang dianalisis, 4 artikel menyatakan peningkatan yang signifikan pada konsentrasi belajar peserta didik autis, sedangkan 1 artikel menyatakan *Brain Gym* kurang efektif untuk meningkatkan konsentrasi belajar peserta didik autis. Sedangkan pada analisis buku, hasil yang didapat adalah *Brain Gym* yang dilakukan sesuai dengan prosedur mampu meningkatkan konsentrasi belajar peserta didik autis. Berdasarkan hasil penelitian di atas terdapat satu implikasi praktis yaitu *Brain Gym* dapat menjadi salah satu alternatif bagi guru untuk meningkatkan konsentrasi peserta didik autis ringan. Selanjutnya terdapat beberapa saran yang dapat peneliti berikan, yaitu sebagai berikut: (1) guru yang akan memberikan latihan *Brain Gym* harus memahami dan mempelajari keseluruhan informasi tentang *Brain Gym*. (2) sekolah yang akan menggunakan *Brain Gym* sebagai salah satu kegiatan rutin, harus melakukan pelatihan dan pembelajaran secara intensif mengenai *Brain Gym* terhadap guru-guru dan keluarga besar sekolah. Kesimpulan dari penelitian ini adalah *Brain Gym* yang digunakan sesuai prosedur yang berlaku akan membantu meningkatkan kemampuan konsentrasi belajar peserta didik autis ringan dengan cukup signifikan pada rentang usia peserta didik 7-17 tahun.

Kata Kunci: *Brain Gym*, Konsentrasi, Peserta Didik Autis

**ANALYSIS OF *BRAIN GYM* EXERCISE IN INCREASING STUDENTS  
WITH AUTISMS' LEARNING CONCENTRATION SKILLS**

(2020)



**Siti Nurjannah**

**ABSTRACT**

*This study aims to analyse information related to brain gym exercise and its influence on the learning concentration skills of students with autism. The research was conducted using a qualitative approach with a literature study method. The analysis was carried out on 5 articles and 5 books. The results are as follows: (1) Brain Gym that is carried out according to the procedure can improve the learning concentration skills of mild autistic students. (2) of the 5 articles analyzed, 4 articles stated a significant increase in the learning concentration of autistic student, while 1 article stated that Brain Gym was less effective at increasing the learning concentration of autistic students. Meanwhile, results of the book analysis found that Brain Gym which was carried out according to the procedure was able to help improving the concentration skills of autistic students. Based on the research results above, there is a practical implication,—that Brain Gym can be an alternative for teachers to help increasing the concentration of mild autistic students. Furthermore, there are several suggestions that researchers can provide, namely as follows: (1) teachers who will provide exercise Brain Gym must understand and learn the entirety of the Brain Gym. (2) schools that will use the Brain Gym as a routine activity must conduct intensive training and learning about the Brain Gym for teachers and the school's extended family. The conclusion of this study is that the Brain Gym used in accordance with the applicable procedures will help improve the learning concentration skills of mild autistic students significantly who are in the age range of 7-17 years old.*

**Keywords:** Brain Gym, Concentration, Students with autism

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, Mahasiswa Fakultas Ilmu  
Pendidikan Universitas Negeri Jakarta

Nama : Siti Nurjannah

No. Registrasi : 1335160704

Jurusan/Program Studi : Pendidikan Khusus

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "**Analisis Hasil Latihan *Brain Gym* Terhadap Peningkatan Kemampuan Konsentrasi Belajar Peserta Didik Autis**" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian bulan April hingga Juni 2020
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan hasil karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia bertanggung jawab akibat yang timbul jika pernyataan saya tidak benar.

Jakarta, 26 Agustus 2020

Pembuat Pernyataan



Siti Nurjannah



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Siti Nurjannah  
NIM : 1335160304  
Fakultas/Prodi : FIP / Pendidikan Khusus  
Alamat email : snurjannah02@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Analisis Hasil Latihan Brain Gym Dalam Peningkatan  
Kemampuan Konsentrasi Belajar Peserta Didik Autis

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta , 02 September 2020

Penulis

( Siti Nurjannah )  
nama dan tanda tangan

## MOTTO

***“Bekerja karena Allah, Ikhlas karena Allah. Yakinlah, disetiap doa dan usaha, ada kebaikan yang telah Allah siapkan”***

**Anonym**





## LEMBAR PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan segala nikmat dan karunia nya yang tak terhingga sampai detik ini. Cita-cita yang dulunya terasa sulit untuk digapai, *qadarullah* dengan segala nikmat dan kasih sayang-Nya penulis dapat sampai pada tahap ini. Tak ada berkah dari setiap usaha jika tak ada ridho-Nya, semoga jalan mencari ilmu ini mendapatkan ridho-Nya.

Maha Suci dan Maha Baik Allah yang telah memudahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Meski dengan banyaknya kendala, tetapi akhirnya dapat sampai di tahap ini. Maka dari itu, pada kesempatan ini izinkan penulis memberikan persembahan kepada:

Emak dan Ayah, dua insan yang Allah hadirkan untuk membersamai diri ini dalam setiap kondisi hingga saat ini. Dua orang yang cintanya tulus tanpa perlu terucap. Dua orang yang rela bekerja tanpa henti demi memberikan pendidikan terbaik. Tak cukup rasanya jika semua kata dituliskan dalam skripsi ini, semua doa dan kasih sayangnya menjadi sebab Allah Ridhoi langkah kaki ini sampai dipuncak untuk membuka lembar selanjutnya. Juga terucap terima kasih banyak kepada Bang Adi, Bunda Eka, Adek Mul, dan Adek Siti, 4 orang yang selalu memberikan *support* terbaiknya.

Para dosen Pendidikan Khusus yang selalu memberikan *Support* terbaik, terkhusus kedua Dosen Pembimbing: bapak Lalan Erlani, M.Ed dan ibu Suprihatin Ed.D yang selalu memberikan arahan dan dukungan terbaik



untuk penulis, yang selalu memberikan masukan, arahan, pemahaman, dan juga motivasi. Semoga keberkahan selalu bersama kalian Pak, Bu.

Keluarga besar BEMP PKh, BEM FIP, Relawan Disabilitas, SEC, KPU, dan QI yang telah memberikan warna terbaik disetiap hari-hari yang penulis lalui selama ini. Terima kasih juga untuk adik-adik program studi yang telah memberikan dukungannya. Tak lupa ucapan terima kasih terucap untuk teman-teman Pkh angkatan 2016 yang tidak bisa penulis sebutkan jasa-jasanya karena telah bersedia membantu dan mendukung penulis selama proses berlangsung. Serta guru-guru di Maitri School yang selalu dukung penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

Penulis berharap, setiap kenangan manis yang tercipta selama ini dapat selalu terkenang indah dalam memori. Terima kasih dan selamat berjuang teman-temanku.

## KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah Swt. Yang mana berkat rahmat dan hidayahnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Analisis Hasil Latihan *Brain Gym* Terhadap Peningkatan Kemampuan Konsentrasi Belajar Peserta Didik Autis”. Laporan skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat kelulusan pada program S1 Pendidikan Khusus, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta.

Banyak sekali hambatan yang peneliti hadapi dalam menyelesaikan skripsi ini, akan tetapi dengan semangat serta arahan dan bimbingan dari pembimbing dan berbagai pihak peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada.

Pertama, Bapak Lalan Erlani, M.Ed selaku pembimbing I dan Ibu Suprihatin, Ed.D selaku pembimbing II. Keduanya telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing dan memberi pengarahan kepada peneliti dalam menyusun skripsi ini.

Kedua Ibu Dr. Sofia Hartati, M.Si selaku dekan FIP UNJ dan Bapak Anan Sutisna, M.Pd selaku wakil dekan bidang pendidikan.

Ketiga Ibu Dr. Murni Winarsih, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Khusus dan seluruh bapak ibu dosen serta staff Program Studi

Pendidikan Khusus yang telah membagi ilmunya, membimbing dan membantu peneliti hingga saat ini.

Keempat seluruh teman-teman, adik dan kakak tingkat, serta orang-orang yang dengan senang hati membantu peneliti dan tak sungkan untuk berbagi diskusi. Lebih khusus kepada orang tua serta kakak adik yang selalu memberikan motivasi dan dukungan dalam berbagai hal.

Akhir kata, peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dalam bidang Pendidikan Khusus.

Jakarta, 07 Juli 2020

Siti Nurjannah

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
ABSTRAK .....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA .....	v
LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI .....	vi
MOTTO .....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	x
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Fokus Kajian .....	4
C. Rumusan Masalah .....	4
D. Tujuan Penelitian .....	4
E. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK .....</b>	<b>6</b>
A. Hakikat <i>Brain Gym</i> .....	6
1. Hakikat <i>Brain Gym</i> .....	6
2. Lima Langkah Belajar <i>Brain Gym</i> .....	11
3. Gerakan-gerakan <i>Brain Gym</i> dalam Dimensi Fokus .....	15
4. <i>Brain Gym</i> Bagi Anak Autis .....	24
B. Hakikat Konsentrasi Belajar .....	26
1. Pengertian Konsentrasi Belajar .....	26
2. Indikator Konsentrasi Belajar .....	28



3. Konsentrasi Belajar Peserta Didik Autis .....	30
C. Hakikat Autis .....	30
1. Pengertian Autis .....	30
2. Karakteristik Autis .....	32
D. Teori-teori yang Mendukung .....	35
1. Teori Taksonomi Bloom .....	36
2. Teori Ausubel.....	38
E. Penelitian yang Relevan .....	40
<b>BAB III METODOLOGI DAN TEKNIK PENELITIAN .....</b>	<b>42</b>
A. Tujuan Operasional Kajian .....	42
B. Waktu Penelitian .....	42
C. Metode dan Langkah-langkah Kajian .....	42
D. Pemilihan Korpus .....	45
E. Prosedur dan Teknik Analisis Data .....	46
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>48</b>
A. Analisis Deskriptif.....	48
B. Analisis Komparatif .....	63
C. Interpretasi <i>Brain Gym</i> Terhadap Konsentrasi Peserta Didik .....	67
D. Kesimpulan Analisis .....	71
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....</b>	<b>72</b>
A. Kesimpulan .....	72
B. Implikasi .....	73
C. Saran .....	74
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>75</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>79</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Tingkat derajat keberatan gejala ASD dalam DSM V .....	35
--	----



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Letak lobus pada otak depan .....	9
Gambar 2 Letak lobus jika dilihat secara bersamaan beserta fungsinya ....	9



## DAFTAR LAMPIRAN

Pedoman Pengodingan .....	81
Panduan Analisis .....	82
Daftar Riwayat Hidup .....	98

